

चिकिनपॉक्स यानि छोटी माता का टीका

आपको इसके बारे में क्या जानना चाहिये

1 टीका क्यों लगवाना चाहिये?

चिकिनपॉक्स (जिसे वैरिसेल्ला भी कहते हैं) बचपन की एक आम बीमारी है। अधिकतर यह बीमारी गंभीर नहीं होती मगर शिशुओं और बयस्कों में यह गंभीर हो सकती है।

- चिकिनपॉक्स के रोगाणु हवा द्वारा या फोड़ों के द्रव्यों को छू देने से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल जाते हैं।
- इससे ददोरे पड़ते हैं, खुजली होती है, और थकान महसूस होता है।
- यह मुमकिन है कि इस बीमारी से त्वचा में तीव्र संक्रमण हो जाए, उसपर धब्बे पड़ जाएं, निमोनिया या दिमारी क्षति हो जाए, या मौत हो जाए।
- जिस व्यक्ति को चिकिनपॉक्स हो चुका है उसे सालों बाद शिन्मल्ज़ नामक एक प्रकार के कष्टकर ददोरे हो सकते हैं।
- हर साल अमेरिका में चिकिनपॉक्स के कारण तकरीबन 12 हज़ार से अधिक लोगों को अस्पताल में भरती होना पड़ता है।
- हर साल अमेरिका में चिकिनपॉक्स के कारण तकरीबन 100 लोगों की मौत हो जाती है।

चिकिनपॉक्स का टीका लगाने से चिकिनपॉक्स होने से बचाया जा सकता है।

टीका लगाए हुए लोगों को अधिकतर चिकिनपॉक्स नहीं होता। लेकिन अगर टीका लगाए हुए व्यक्ति को चिकिनपॉक्स हो भी गया तो उसकी बीमारी बहुत हल्की होती है। उन्हें कम फुंसियां निकलती हैं और बुखार होने की उन्हें कम संभावना होती है। वे जौरों की तुलना में जल्दी ही ठीक हो जाते हैं।

2 चिकिनपॉक्स का टीका किसे लगवाना चाहिये और कब?

- ✓ 12 और 18 महीने की उम्र के बीच व्यक्तों को चिकिनपॉक्स टीका का एक खुराक लग जाना चाहिये। अगर उन्हें कभी भी चिकिनपॉक्स नहीं हुआ तो उन्हें किसी भी उम्र पर टीका लगाया जा सकता है।

जिन लोगों को 13 साल या इससे अधिक उम्र पर टीका लगाया जा रहा है उन्हें 4 से 8 सप्ताह का बीच देकर दो खुराक लगाने चाहिये।

विस्तृत जानकारी हेतु अपने डॉक्टर से राय करें।

चिकिनपॉक्स का टीका अन्य टीकाओं के साथ भी लगाया जा सकता है।

3 कुछ लोगों को चिकिनपॉक्स का टीका नहीं लगवाना चाहिये या रुक कर लगवाना चाहिये

- जिन लोगों को कभी पहले जेलाटिन, नियोमाइसिन नामक एन्टीबायोटिक, या (जिन लोगों को दूसरा खुराक लगाना है) चिकिनपॉक्स के पहले टीके से अगर कोई जानलेवा एलर्जी यानि प्रतिक्रिया हुई हो तो उन्हें चिकिनपॉक्स का टीका नहीं लगवाना चाहिये।
- जिस समय चिकिनपॉक्स का टीका लगाना निश्चित हुआ हो अगर उसी समय व्यक्ति की तवियत काफ़ी या बहुत खराब है तो ज़्यादातर ठीक होने के बाद ही चिकिनपॉक्स का टीका लगवाना चाहिये।
- गर्भवती महिलाओं को जन्म देने के बाद ही चिकिनपॉक्स का टीका लगवाना चाहिये। चिकिनपॉक्स का टीका लगाने के 1 महीने बाद तक उन्हें गर्भवती नहीं बनना चाहिये।
- चिकिनपॉक्स का टीका लगाने के मामले में कुछ लोगों को अपने डॉक्टर से राय लेनी चाहिये। इनलोगों में शामिल हैं:
 - वे लोग जिन्हें HIV /एड्स हैं या कोई दूसरी बीमारी जिससे प्रतिरक्षण प्रणाली पर असर पड़ता हो
 - जो 2 हफ्ते या इससे अधिक अवधि के लिए कोई ऐसी दवा ले रहे हैं जिससे प्रतिरक्षण प्रणाली पर असर पड़ता हो जैसे कि रिट्राएड
 - जिसे किसी भी प्रकार का कैन्सर हो
 - जिसे एक्स रे या दवा द्वारा कैन्सर का उपचार मिल रहा हो
- जिन लोगों को हाल में खून चढ़ाया गया हो या जिन्हें कोई दूसरा रक्त आधारित उत्पाद दिया गया हो उन्हें चिकिनपॉक्स का टीका लगाने से पहले अपने डॉक्टर से राय करना चाहिये।

विस्तृत जानकारी हेतु डॉक्टर या नर्स से राय करें।

4

चिकिनपॉक्स टीका के क्या खतरे हो सकते हैं?

किसी भी दवा की तरह टीका लगाने से भी गंभीर दिक्कतें पैदा हो सकती हैं जैसे कि बहुत तीव्र एलर्जिक प्रतिक्रियाएं। लेकिन चिकिनपॉक्स का टीका लगाने से कोई बहुत भारी दिक्कत या मौत होने की बहुत ही कम संभावना होती है।

चिकिनपॉक्स का टीका लगाने से जो खतरा होता है वह चिकिनपॉक्स की बीमारी होने के खतरे से कहीं कम है।

जो लोग चिकिनपॉक्स का टीका लगाते हैं उन्हें अधिकतर कोई दिक्कत नहीं होती।

कुछ हल्की परेशानियां

- सुई लगाने के स्थान पर दर्द या सूजन (करीब 3 वयस्कों व नौजवानों में से 1 को और 5 वर्षों में से 1 को)
- बुखार (करीब 10 व्यक्तियों में से 1 को या इससे भी कम)
- हल्के से ददोरे, टीका लगाने के एक महीने बाद तक (20 व्यक्तियों में से 1 को या इससे भी कम) परिवार के अन्य सदस्यों को भी संक्रमण हो सकता है भगवर् ऐसा बहुत ही कम होता है।

मध्यवर्गीय मुसीबतें

- बुखार के कारण दौरा (झटके से हिलना या आँखें गड़े रहना) (1000 व्यक्तियों में से 1 को या इससे भी कम)

गंभीर मुसीबतें

- निमोनिया (बहुत ही कम)

चिकिनपॉक्स का टीका लेने के बाद दूसरी तरह की गंभीर मुसीबतें जैसे कि तीव्र दिमागी प्रतिक्रियाएं, और रक्ताणुओं में कमी आदि की रिपोर्ट दर्ज हुई हैं। लेकिन ऐसा इतना कम होता है कि शोधकर्ता अब तक यह नहीं बता पाए हैं कि यह टीका के कारण है या नहीं। अगर यह सच भी है तो जान लें कि ऐसा होने की बहुत ही कम संभावना है।

5

कोई मध्यवर्गीय या बहुत तीव्र प्रतिक्रिया होने पर क्या करना चाहिये?

मुझे 'किन लक्षणों के पांति सचेत रहना चाहिये?

कोई भी असामान्य दशा जैसे कि तीव्र एलर्जिक प्रतिक्रिया, तेज़ बुखार या व्यवहार में कोई परिवर्तन। तीव्र एलर्जिक प्रतिक्रिया के कुछ लक्षण हैं सांस लेने में कठिनाई, गला बैठ जाना या सांस लेने में घरघराहट, पिती, फीका पड़ जाना, कमज़ोरी, दिल की धड़कन बढ़ने लगना या चक्रवर्त आना। अगर तेज़ बुखार या दौरा होता है तो हुई लगने के 1 से 6 सप्ताह के बाद ऐसा होना चाहिये।

DCH-0451HI

AUTH: P.H.S., Act 42, Sect. 2126.

ताकि स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं को टीका लगने की स्थिति, टीका के आकलन, तथा भविष्य में अनुशंसित टीकाओं की समय-सारिणी के बारे में सही जानकारी मिल सके, Michigan Care Improvement Registry (मिशिगन सेवा सुधार रजिस्टरी) के पास उचित जानकारियाँ भेजी जाएंगी। प्रत्येक व्यक्ति को अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से यह नियेदन करने का अधिकार है कि उनकी टीका संबंधी जानकारी रजिस्टरी में न भेजी जाए।

ऐसे में मुझे क्या करना चाहिये?

- डॉक्टर बुलाएं या उस व्यक्ति को तुरंत डॉक्टर के पास ले जाएं।
- अपने डॉक्टर को बताएं कि क्या हुआ, किस वक्त और किस दिन ऐसा हुआ, और टीका कब लगाया गया।
- अपने डॉक्टर या नर्स या स्वास्थ्य विभाग को कहें कि वे वैक्सीन एंडवर्स इवेन्ट रिपोर्टिंग सिस्टम यानि VAERS का फार्म भरकर इसे दर्ज करें या आप खुद ही 1-800-822-7967 पर VAERS को फोन लगाकर या उनके वेबसाइट <http://www.vaers.org> पर जाकर इस बारे में बताएं।

6

प्रतिरक्षा सम्बन्धी चोट की क्षतिपूर्ति वाला राष्ट्रीय कार्यक्रम (The National Vaccine Injury Compensation Program)

अगर ऐसा हो ही गया कि आपको या आपके बच्चे को किसी टीका के परिणामस्वरूप कोई गंभीर प्रतिक्रिया हो गई तो इसके लिए एक राष्ट्रीय कार्यक्रम स्थापित किया गया है जिसके अंतर्गत चोट लगे व्यक्ति की देख भाल के पैसे देने में मदद दी जाती है।

प्रतिरक्षा सम्बन्धी चोट की क्षतिपूर्ति वाला राष्ट्रीय कार्यक्रम के बारे में और जानकारी पाने के लिए 1-800-338-2382 पर फोन लगाकर या उनके वेबसाइट <http://www.hrsa.gov/osp/vicp> पर जाकर देखें।

7

मैं इस बारे में और जानकारी कैसे पा सकता हूं?

- अपने डॉक्टर या नर्स से पूछें। वे आपको टीका के पैकेट में दी गई लिखित जानकारी दे सकते हैं या बता सकते हैं कि अतिरिक्त जानकारी के स्रोत क्या हैं।
- अपने स्थानीय या राजकीय स्वास्थ्य विभाग के प्रतिरक्षण कार्यक्रम से संपर्क करें। 1-888-767-4687
- द सेन्टर फॉर डिजिटल कंट्रोल एंड प्रिवेन्शन (CDC यानि रोग नियंत्रण व नियोग केन्द्र) से संपर्क करें:
 - Call 1-800-232-4636 (1-800-CDC-INFO)
 - <http://www.cdc.gov/nip> यानि राष्ट्रीय टीकाकरण कार्यक्रम के वेबसाइट पर जाएं।



CDC
CENTERS FOR DISEASE CONTROL
AND PREVENTION

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES
Centers for Disease Control and Prevention
National Immunization Program

Vaccine Information Statement
Varicella - Hindi (12/16/98) 42 U.S.C. § 300aa-26
Translated by Transcend Translations, Davis, CA
www.transcend.net